énéo Info

Trimestriel | 09 | Octobre 2014

Énéo Thudinie

Ces technologies qui nous posent question p. 3
Festival régional p. 12
Conférence «Le bon usage des médicaments» p. 13
Service mobilité de Qualias p. 14
Festival Couleurs Aînés p. 18
De l'UCP à Énéo... deux ans déjà! p. 20

édito

Festival Couleurs Aînés

Hissons les couleurs !

Les 6 et 7 novembre prochains, Énéo organisera, à Bruxelles, le Festival Couleurs Aînés. À cette occasion, notre mouvement hissera bien haut les couleurs — les siennes —. Il fera la fête et, en même temps, rappellera le message social qui est le sien.

Ces jours-là, nous ferons le point sur les trois questions qui mobilisent l'attention de nos membres depuis bientôt deux ans : l'image des aînés dans la société, la vie des aînés après le travail, l'usage par les aînés des moyens de la gérontechnologie.

Au-delà de ces trois questions, nous nous interrogerons sur le rôle et la place que les aînés peuvent et doivent occuper dans notre société. Tant sur le plan individuel — pour chacun d'entre nous — que sur le plan collectif — dans le dialogue et la concertation avec les autres générations —.

Nous profiterons de cette rencontre importante pour confronter nos points de vue avec ceux de nos dirigeants politiques aux différents niveaux de pouvoir. Nous ferons également un point presse sur ces sujets.

Il n'est point besoin de dire que le Festival sera aussi l'occasion de rappeler les valeurs qui nous animent et de leur donner une portée pratique. De quoi donner des couleurs à notre vie et à notre action.

La fidélité ! Elle se marque notamment à l'égard de tous ces militants et bénévoles, de ceux que l'on appelait jadis « les pensionnés chrétiens » et qui ont façonné la société dans laquelle nous vivons aujourd'hui.

La lucidité ! Elle se manifeste par rapport aux changements que connaît la Belgique — notamment, avec la sixième réforme de l'État — et à ceux que subit notre société — par exemple, en termes de vieillissement —.

La solidarité ! Elle est notre ADN. Nous voulons la préserver dans la redistribution des ressources grâce à un système efficace de sécurité sociale. Nous voulons en témoigner, chaque jour, dans les activités du mouvement : éducation permanente, sports, vacances…

Demandez le programme. Inscrivez-vous. Rendez-vous à Bruxelles, le 6 novembre ! Selon la formule consacrée, j'y déclarerai ouvert le « Festival couleurs ainés ».

Francis Delpérée, Président d' Énéo

agenda

DATES À RETENIR

Journées portes ouvertes à Anderlues les samedi 7 et dimanche 8 février 2015

Avec le lancement du programme vacances Horizons mutu pour la saison Eté 2015

Voir programme détaillé dans le journal "Aînés et Citoyens" de janvier 2015 et dans le journal "En Marche" de janvier 2015

Ces technologies qui nous posent question

Les gérontechnologies… est-il encore de bon ton d'expliquer en quoi elles consistent après maintenant deux années de travail sur ce sujet au sein de notre mouvement?

Ces dispositifs technologiques permettant aux aînés de conserver leur autonomie, en compensant les déficiences inhérentes au vieillissement, ont été en effet au centre de nombreuses réflexions et débats depuis le lancement de ce projet en octobre 2012.

Ce domaine, en plein essor, grâce notamment à l'avènement des technologies connectées, fut jugé tellement vaste par les premiers volontaires s'intéressant à ce projet qu'ils décidèrent de se cantonner à l'étude des dispositifs permettant aux aînés de pouvoir, s'ils le souhaitent, rester chez eux en dépit des effets du vieillissement. Ce choix se révèle particulièrement judicieux au regard de la pénurie de places en institutions, en maison de repos notamment.

Cela soulève d'ailleurs une question de taille : rester le plus longtemps possible à son domicile restera-t-il un choix ou sera-t-il induit par les conséquences du vieillissement de la population ?

Si nous ne sommes pas aujourd'hui en mesure de répondre à cette question, il nous est malgré tout possible de l'anticiper et c'est justement pour cela qu'Énéo a décidé de prendre à bras le corps cette problématique.

Si l'objectif initial était de s'interroger sur les questions éthiques engendrées par l'utilisation des gérontechnologies, il a évolué au fil du temps. Avant d'aborder une réflexion philosophique il était primordial d'éveiller la curiosité des aînés sur ce sujet en leur montrant comment les technologies actuelles et futures permettent le maintien à domicile.

Est-ce d'ailleurs le bon terme que nous employons là? Peut-on parler de « maintien » à domicile? Ce mot ne sous-entend-il pas que l'on souhaite laisser coûte que coûte quelqu'un chez lui en sécurisant son environnement ?

N'allons pas si loin mais gardons en tête que la technologie doit (bien) rester un moyen permettant le bien-être de ses usagers et non pas un objectif en soi.

Cette notion de bien-être est-elle réellement au cœur de la conception de ces nouveaux dispositifs ou sommes-nous en train d'assister à l'essor d'un nouveau marché dont beaucoup d'industriels voudraient tirer profit au détriment de l'humain? La vigilance est de mise…

Les réflexions sur les gérontechnologies se sont faites dans notre mouvement en parallèle avec un autre projet phare : visant la préparation à la retraite. S'il est aujourd'hui admis par beaucoup qu'il est nécessaire d'anticiper sa retraite, nous estimons qu'il serait tout aussi opportun d'anticiper sa dépendance. On peut faire l'analogie avec une personne ayant des difficultés à marcher : tant qu'elle pourra se déplacer sans l'aide d'une canne elle refusera presque systématiquement d'y avoir recours. C'est le même principe pour des dispositifs de télévigilance : faut-il qu'une personne passe plusieurs heures à terre après une chute sans pouvoir se relever pour qu'elle songe à sécuriser son habitat? Notre souhait est de faire prendre conscience qu'il ne faut pas attendre un accident de la vie avant de s'intéresser à toutes ces technologies, afin d'avoir le choix et que ces dispositifs ne s'imposent pas à nous !

Cyril Brard, chargé de projets

< balises >
Journal des cadres d'Énéo, mouvement social des aînés
Trimestriel n° 46 | Mai - Juin - Juillet 2014
Comment les aînés appréhendent-ils les gérontechnologies ?
ASIMO
énéo
mouvement social des aînés

Pour aller plus loin :

Approfondissez cette thématique avec le Balises 46 : "Comment les aînés appréhendent-ils les gérontechnologies ?"

Retrouvez-le sur notre site www.eneo.be ou commandez le par téléphone au 02/246 46 73.

énéoSport

Aînergie 2014

Nous sommes à présent sur le point de clôturer notre traditionnelle campagne de promotion...

En effet, c'est le 19/10 que se clôturent nos journées portes ouvertes dans plus de 350 activités sportives proposées par nos clubs locaux énéoSport. Ces portes ouvertes, incroyablement nombreuses, auront prouvé le dynamisme de nos volontaires et membres mais révélé aussi le souci qu'ont les responsables de nos clubs de prendre à bras le corps cette mission de sensibilisation des aînés à la pratique sportive et de représenter ainsi, de véritables acteurs de promotion de la santé ! Pour cela, nous ne pouvons que les admirer et les remercier.

A côté de ces portes ouvertes répandues dans toute la Fédération Wallonie-Bruxelles, ont également eu lieu 6 journées sportives régionales multisports qui se seront déroulées au sein des centres sportifs de Martelange (11/10), de Malmédy (09/10), de Wanze (09/10), de la salle « Le Pagnol » à Haine-St-Pierre (09/10) ainsi qu'au sein du Collège d'Erpent (05/10). Reste encore à venir la journée sportive au centre sportif de Flobecq le 16/10.

Cette effervescence de l'ensemble de la structure énéoSport est véritablement merveilleuse : promouvoir un évènement comme Aînergie chaque année à la même période de l'année permet de développer et d'optimiser notre visibilité, de marquer davantage les esprits, de faire prendre conscience qu'énéoSport n'est plus à négliger, bien au contraire ! Nous sommes la seule fédération sportive pour seniors de cette importance en Fédération Wallonie-Bruxelles et c'est pourquoi, nous devenons bel et bien de plus en plus incontournables dans le vaste champ de la promotion de la santé des seniors. Merveilleuse mobilisation en outre, parce que les responsables, membres, cercles offrent la possibilité à chaque aîné qui le souhaite de trouver son bonheur, proche de chez lui !

ENCORE UN VIF MERCI ! ! !

Programme de formations énéoSport 2015

Comme chaque année, le programme de formations de l'année qui vient sera communiqué dans le courant du mois d'octobre et inséré sur le site internet d'énéoSport.

Le processus qualifiant (animateurs et responsables) sera au programme puisqu'il s'agit d'une formation organisée chaque année à destination des nouveaux volontaires ou des anciens souhaitant réactualiser leurs connaissances. Nouveauté cette année 2014, le module « notions de 1ers soins » sera donné par la Ligue Belge de Sauvetage qui mettra l'accent sur l'utilisation d'un DEA.

A côté de cette formation de base, seront organisées des formations continues. L'utilisation du GPS lors de marches/marches nordiques sera à l'honneur puisque quatre formations seront programmées au sein des cercles régionaux : Hainaut-Picardie, Province de Namur/Luxembourg, Province de Liège et enfin, Bruxelles/Brabant Wallon.

Ensuite, plusieurs remises à niveau seront organisées pour nos nombreux animateurs marche nordique de niveau 1 et de niveau 2.

Enfin, des formations à l'utilisation du DEA seront prévues dans les cercles régionaux (en complément du processus qualifiant).

L'agenda des formations continues 2015 n'est toutefois pas encore finalisé. Les informations vous parviendront donc au cours du mois d'octobre, comme évoqué plus haut.

Nous ne prévoyons aucune formation technique d'animateur sportif énéoSport en 2015. Toutefois, ces dernières seront à nouveau à l'ordre du jour dès 2016. Nous rappelons que la formation technique requiert de suivre le processus qualifiant. Nous invitons donc les personnes intéressées par une future formation technique à anticiper et à s'inscrire déjà au processus qualifiant afin de préparer le terrain, le processus qualifiant étant valable « ad vitam aeternam ».

Profitez donc sans tarder de notre offre de formations qui vise à soutenir davantage les volontaires (responsables et animateurs) dans le but de contribuer toujours plus au bien-être de ces derniers et aussi, au développement d'énéoSport !

Aurore Devos, coordinatrice énéoSport

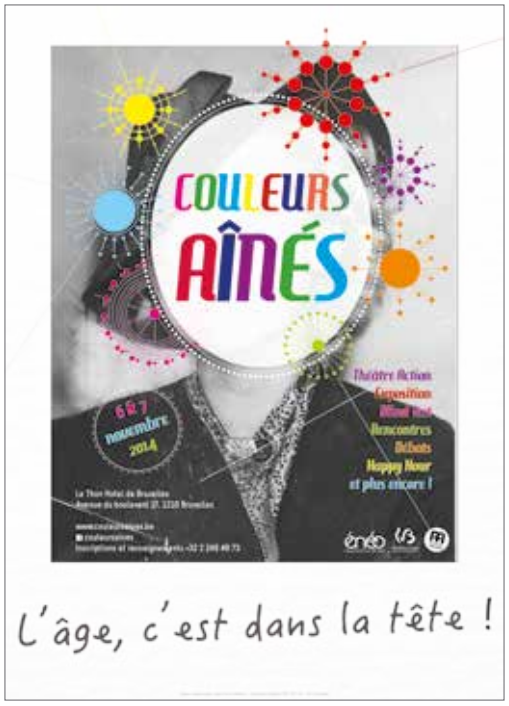
édito

Le mot du Président Régional

L'acalmie de l'été en matière d'activités nous a permis de penser à la concrétisation de notre plan d'actions régionales. Nous retroussons nos manches en tant que volontaires, animateurs locaux et régionaux pour vous proposer des rendez-vous intéressants et constructifs sans omettre la dimension qui rend notre mouvement social d'aînés attrayant : la convivialité !

Une pluie de projets vont seront proposés durant cette année 2014-2015 :

De la diversité et des rencontres avec la clôture du projet IMAG'AINES par le **Festival Couleur Aînés les 6 et 7 novembre prochains à Bruxelles**. Cet événement unique rassemblera toutes les régionales Énéo et illustrera l'envergure d'un travail de 2 années : ateliers-débat, expositions, animations, théâtre-action, rencontre avec la presse et le politique. Vous pourrez suivre en détails les suites et retombées de ce festival dans votre prochain ÉnéoINFO.



Les grands projets à (re)lancer concerneront le cycle « Une vie après le travail » et « Les gérontechnologies ». Second Life ou Une vie après le travail aborde les diverses réalités de la (pré-) pension sous des aspects économiques, techniques, affectifs et sociaux. Quant aux gérontechnologies : les questions de l'assistance domestique et de la présence des technologiques toujours plus performantes dans notre quotidien sont d'une actualité indiscutable. La parole des aînés (tous concernés) est importante pour préserver une qualité de vie dans la dignité et le respect de chacun.

Un rendez-vous pour tous les membres des amicales et des clubs sportifs : notre prochaine réunion de secteurs sera un FESTIVAL REGIONAL pour tous les membres !

Il sera question de se rassembler pour débattre sur des questions de choix telles que « *Technologie et dépendance, qui décide ?* » ou « *Le sport fait-il bien vieillir ?* » mais aussi pour mieux se connaître entre groupements locaux qu'ils soient sportifs ou non, échanger nos bonnes pratiques et pourquoi pas, s'unir pour réaliser un projet commun…

Le cycle de conférences poursuit également sa route avec des thèmes tels que La symbolique de Noël et Le bon usage des médicaments.

N'oubliez pas, ce journal est aussi le vôtre ! Vous y avez la parole et la plume, nous accueillerons vos réflexions ou témoignages avec plaisir. N'hésitez pas à nous contacter.

André Morue, Président de la Régionale Thudinie

Collaborateurs : *Michel Hallet, André Morue, Michel Daras, Sophie Dupont, Chantal Daem, Dominique Serbruyns, Dr Jean Moens*

Régionale de Thudinie : Rue du Douaire 40 - 6150 Anderlues
☎ 071/54.84.00 - eneo.thudinie@mc.be - www.ucp-thudinie.be

Du côté régional

DIMANCHE 26 OCTOBRE 2014 A ERQUELINNES :

Concert des chorales « Les Lo'thus » de Thuin et « Sambreline » de Solre-sur-Sambre.

À 15h au Salon communal d'Erquelinnes.

MARDI 4 NOVEMBRE 2014 : Animation Patrimoine à Bruxelles.

Nous irons en train et métro visiter l'exposition « 14-18, c'est notre histoire » au Musée de l'Armée au Cinquantenaire à Bruxelles, ainsi que les parties du musée consacrées au début du 20e siècle.

INSCRIPTION : 0497/648.284 - 060/411.760 - michel.daras@gmail.com

MERCREDI 5 NOVEMBRE 2014 À THUIN : chorale « Les Lo'thus »

À 14h à l'Ecole du Sacré Cœur

JEUDI 13 NOVEMBRE 2014 À THUILLIES : Exposé et débat : « Les aînés et la publicité »

À 14h au cercle Paroissial de Thuillies.

INFORMATION ET INSCRIPTION :
Raoul Vanwezer : 0485/43.61.50 - 071/53.38.49

SAMEDI 22 NOVEMBRE 2014 À ANDERLUES : Conférence « Le bon usage des médicaments »

PAF : gratuit pour les membres Énéo - 5 € pour les non-membres

9h30 : accueil - 10h à 12h : exposé - 12h à 14h : débat et brunch offert.

INSCRIPTION : Énéo Thudinie - Sophie Dupont : 071/548.400 (sauf mercredi) - eneo.thudinie@mc.be

VENDREDI 28 NOVEMBRE 2014 à THUILLIES : Festival régional

Pour tous les volontaires Énéo- ÉnéoSport venant des ateliers, des amicales, des clubs sportifs.

Pour tous les membres délégués par leurs groupements et clubs locaux Énéo-énéoSport

PAF : 2 €

9h30 : accueil café

10h à 12h : Ateliers de mise en mouvement : je suis membre Énéo(SPORT), et alors ?

Mieux connaître le mouvement pour en profiter pleinement !

12h à13h30 : apéro et brunch

13h30 à 16h : débats participatifs autour de 2 thèmes : « Technologies et dépendance, qui décide ? » - « Le sport fait-il bien vieillir ? »

INSCRIPTION : Sophie Dupont : 071/548.400 - Chantal Daem : 071/548.401 ou eneo.thudinie@mc.be

MARDI 2 DECEMBRE 2014 : conférence : « La Symbolique de Noël »

À 19h en la salle du MOC à La Louvière (Rue du Marché)

Conférencier : Jean Claude Gilmont

Donation libre - inscription à ALTEO - Martine Durieux : 071/548.433 - martine.durieux@mc.be

LUNDI 15 DECEMBRE 2014 : Balade photo au Lac de Brabançon

de 9h30 à 16h.

Info et inscription : Daniel : 0495/89.42.71 ou beucken.thunus@gmail.com

DIMANCHE 21 DÉCEMBRE 2014 : Animation Patrimoine à Cologne.

Nous partirons en car à Cologne, pour visiter les deux plus importantes églises romanes de Cologne, les Saints-Apôtres et Notre-Dame-du-Capitole, les deux églises de référence de l'art roman rhénan.

INSCRIPTION : ML Voyages, puis auprès de Michel Daras au 0497/648.284 ou 060/411.760 ou par mail michel.daras@gmail.com

VENDREDI 9 JANVIER 2015 : Animation Patrimoine à Bruxelles.

Nous irons en train à Bruxelles pour visiter en principe Notre-Dame-de-la-Chapelle, puis la section médiévale des Musées royaux d'Art et d'Histoire au Cinquantenaire.

INSCRIPTION : 0497/648.284 - 060/411.760 - michel.daras@gmail.com

Du côté des amicales

BEAUMONT : Salle Désirée à Strée

Jeux de cartes à la salle Désirée, rue de la Station STREE

les 2ème et 4ème mardi du mois de 14h00 à 18h00.

Les 14 et 28 octobre, les 11 et 25 novembre.

Le mercredi 17 décembre

Atelier photo à la Maison communautaire, rue Mestriaux 74 à STREE

Mercredi de 9h30 à 11h30 : 1 octobre et 5 novembre

Jeudi de 17h00 à 19h00 : 16 octobre et 20 novembre

Une sortie photo en décembre

Le jeudi 11 décembre : de 14h00 à 18h00

Goûter de Noël - salle Désirée, rue de la Station à STREE

Cougnou et cacao offerts aux membres de l'amicale- non membre participation de 5,00 €

Ambiance musicale assurée - Réservation obligatoire

Le samedi 20 décembre 2014 : sortie concert au château de Chimay

Au programme : ECLECTIC SINGERS (6 chanteurs a capella - chants autour de Noël)

Prix 17,00 € au lieu de 23,00 € (réservation obligatoire)

CONTACT : Huguette BAYOT : 0475/69 85 86

CHIMAY : réfectoire de l'Ecole communale

CONTACT : Christiane Malcotte : 060/21.13.47

CYBER -THUIN :

Rendez-vous tous les mardis de 9h à 11h au local Cyber de Thuin (dans le bâtiment de la permanence MC située Rue t'Sterstevens, 20).

CONTACT : Dominique Lebeau, président

GOZEE : salle du Foyer

22 octobre	Au foyer jeux de société et goûter
26 novembre	Au foyer jeux de société et goûter
17 décembre	Au foyer goûter de Noël

CONTACT : Jean Blaise : 071/51.74.78 – André Bady : 0478/27.24.83

FROIDCHAPELLE : caféteria du hall sportif

Mercredi 8 octobre à 14h30 Conférence Santé à la cafétéria : « A l'écoute de notre corps »

Vendredi 24 octobre à 12h Dîner à l'école hôtelière de Rance (inscriptions indispensables avant le 13 octobre) Prix : 35 €, apéritif, vins, eaux et café compris

Mercredi 3 décembre à 15h Ciné-forum à l'Institut l'Accueil : « Le chanteur de Mexico ».

Jeudi 18 décembre Goûter de Noël (cotisations) à la Salle des fêtes : Animation et distribution de cougnous.

Jeudi 15 janvier 2015 à 14h30 Jeu de cartes à la cafétéria.

CONTACTS : Marie Léone Ponselet : 060/41.16.31 - Marie Bronchain : 060/41.15.43 - Richard Cornet : 060/41.20.00

MOMIGNIES : Salle Nordon

13 octobre	soirée théâtrale
20 octobre	activités ludiques, goûter
18 décembre	projection de dias, goûter de Noël

CONTACT : Bernard Dupont : 060/51.18.25

SIVRY : centre culturel

21 octobre à 14h Goûter et cotisations

16 décembre à 14h Goûter de Noël

CONTACT : J. Dumoulin : 060/45.55.59

Merci de signaler votre participation en téléphonant à l'une des 3 personnes ci-dessus.

THUILLIES : café du Patro

Rencontres tous les 2ème jeudis du mois à 13h30.

Jeudi 13 novembre Animation : « L'image des aînés dans la publicité »

Jeudi 11 décembre Goûter de Noël (cougnous) et animation par la chorale « L'air du temps ».

CONTACT : Raoul Vanwezer : 071/53.38.49

THUIN : réfectoire du Sacré -cœur

Les mercredis de l'Amicale :

5 novembre	Animation « Trucs et astuces » - tombola - cramique
3 décembre	Tartes et distribution de cougnous.

CONTACT : Irène Bridon : 071/59.27.33

découvertes

Culture

Théâtre

Samedi 11 octobre 2014 à Momignies à 19h30

Énéo, le PCS, le Foyer culturel et le CCCA de Momignies vous invite à passer une soirée théâtrale avec un Vaudeville d'Eric SIMONS « Fanny Loyal ». Une pièce en 3 actes.

Le bénéfice sera reversé à l'entraide alimentaire de Vie Féminine.

Entrée 7 € le jour, 5 € en prévente au Foyer Culturel de Momignies.

Animations patrimoine

Toutes les animations pour découvrir notre Patrimoine belge ou limitrophe se retrouvent dans la rubrique AGENDA. Michel Daras, notre « conducteur-animateur » de voyages culturels vous propose une fois de plus des destinations aux décors somptueux et à l'histoire inédite !

Plus d'informations : Michel DARAS : 0497/648.284 - 060/411.760 - michel.daras@gmail.com

Conférence

Mardi 2 decembre 2014 à La Louvière à 19h

« La Symbolique de Noël » présentée par Jean-Claude Gilmont.

Jean-Claude Gilmont est né à Soignies, a effectué de nombreux séjours à l'étranger dont 2 en Inde et a animé pendant 7 ans l'atelier « Le Miroir » (méditation, yoga chinois, relaxation, auteur de Fragrances de Vie, un livre de réflexions sur les grands thèmes de l'existence. Il a déjà présenté à La Louvière, la conférence « La Vie à côté de laquelle nous passons ». En préparation : un 2ème livre (« Considérations sur un parcours ordinaire ») et 2 conférences (« Thérèse de Lisieux, une sainte actuelle » et « Le Bonheur »).

Noël n'a pas toujours été une fête chrétienne ; elle a en réalité été récupérée auprès d'autres croyances qui célébraient juste après le solstice d'hiver, l'allongement des jours et donc aussi le retour de la lumière…

Le conférencier nous expliquera brièvement le sens de Noël sur le plan historique et pourquoi les chrétiens ont choisi cette date qui n'est reprise nulle part dans les Evangiles.

En fin de soirée, l'origine de tout ce qui touche à Noël n'aura plus de secret pour vous. Nous nous intéresserons à la signification du temps de l'Avent, de la crèche, de la Nativité, du sens de la présence des bergers, des rois mages, du bœuf et de l'âne mais aussi à l'origine de la couronne de l'Avent, du sapin de Noël, des santons de Provence, de la bûche de Noël, du Père Noël, des boules de Noël.

Mais encore pourquoi le gui et le houx ? Pourquoi les chaussures devant la cheminée ? Les chants de Noël, le marchés de Noël, les illuminations de Noël, le plum pudding, le cougnou ou la cougnole…

Nous entendrons également quelques dictons météorologiques de Noël, poèmes, conte et chants de Noël.

Lieu : Salle du MOC à La Louvière (Rue du Marché)

Conférencier : Jean Claude Gilmont

PAF : donation libre

Inscription à ALTEO - Martine Durieux : 071/548.433 - martine.durieux@mc.be

Loisirs

Les ateliers s'ouvrent encore à vous !

Vu le succès rencontré ce mois de septembre pour les ateliers informatiques, nous vous proposons quelques thèmes et dates supplémentaires :

ATELIER INTERNET : « Le web, un outil de mémoire culturelle »

4 séances : les 15-22-29 janvier 2015 et le 5 février 2015 de 9h30 à 12h30.

PAF demandé : 20 € /4 séances. 8 places disponibles.

ATELIER THEMATIQUE « TABLETTES ANDROIDES » : 4 mercredis en 2015 de 9h30 à 12h30

PAF demandé : 20 € /4 séances. 8 places disponibles.

ATELIER THEMATIQUE « SAUVEGARDE » : 4 mercredis en 2015 de 9h30 à 12h30

PAF demandé : 20 € /4 séances. 8 places disponibles.

Les dates seront proposées en fonction des demandes d'inscription.

Pour certains ateliers créatifs, il est encore possible de s'inscrire :

AQUARELLE les jeudis de 14h à 16h en 2015.

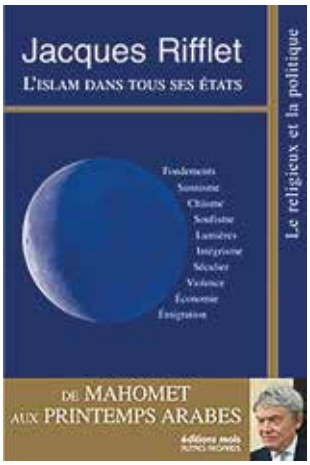
Informations et inscriptions :

Pour votre rappel, une permanence des ateliers est assurée tous les lundis de 9h à 12h à Thuin (local de la MC). Tel : 0485/72.79.38. Mail : eneo.thudinie@gmail.com.

Ce lieu est prévu pour répondre à vos questions au sujet du programme des ateliers, des modalités pratiques de participation et d'inscription. Nous restons bien entendu à l'écoute de vos suggestions…

Quand les livrent nous parlent…

Voici le témoignage à cœur ouvert d'une assidue !



« Le prêt de livres est une excellente initiative.

J'ai eu le plaisir de rencontrer Mr Jacques Rifflet présenter son livre « L'Islam dans tous ses états ».

Une brique de plus de 600 pages qui ne se lit pas comme un roman mais qui accroche l'attention, qui bouleverse, qui interpelle.

Les propos n'ont pas pris une ride et sont d'une brûlante actualité.

Mr Rifflet insiste, lire ouvre l'esprit, entretient la mémoire mais il hausse le ton et dit : soyez critiques, curieux, ouverts aux autres, ne tombez pas dans les excès.

Le fanatisme, les sectes, le racisme, l'intolérance, les préjugés et tout ce qui peut « fleurir autour »…

Ils vous détruiront.

Vivez les yeux grands ouverts sur le monde.

La lecture est dense mais à la portée de tous.

J'ai lu 195 pages du livre, j'ai encore du chemin à parcourir.

A lire absolument. »

Monique Sturbois, membre actif à Énéo Thudinie.

Atelier photo organisé par l'amicale de Beaumont

(ouvert à tous !)

Vous êtes l'heureux possesseur d'un appareil photo numérique (reflex, bridge, compact)… et vous souhaitez sortir **du mode automatique et apprendre à maitriser votre appareil photo numérique.**

Alors n'hésitez pas à venir nous rejoindre et à partager votre expérience avec nous. La photographie est un apprentissage perpétuel…

C'est dans une ambiance conviviale que nous partageons notre passion pour la photo, l'atelier a pour but d'apprendre à faire de meilleures photos en pratique et avec son matériel quel que soit le niveau de départ….

L'objectif est d' expliquer comment faire de meilleures photos dans un **langage clair et accessible à tous.**

Animateurs : Huguette Bayot et Jacky Révelart

Informations et inscriptions : 0475/ 69 85 86 ou 0496/12 16 37

Aussi, nous vous glissons quelques ouvrages issus de la bibliothèque d'Énéo pour cultiver nos pensées et guider nos actions vers un monde plus ouvert et plus juste !

A Mélie sans mélo	Barbara CONSTANTINE	Livre de poche
Et puis Paulette	Barbara CONSTANTINE	France loisirs
La lettre qui allait changer le destin d'Harold Fry	Rachel JOYCE	Pocket XO éditions
Le vieux qui ne voulait pas fêter son anniversaire	Jonas JONASSON	Pocket Presses de la cité
Les petits ruisseaux	Pascal RABATE	Collection Folio
Les géraniums de Monsieur Jean	Michel TORREKENS	Zellige
L'âme du monde	Frédéric LENOIR	Nil
L'Islam dans tous ses états	Jacques RIFFLET	Éditions mois autres regards

Ces livres sont à votre disposition gratuitement pendant 1 semaine.
Nous vous proposerons de remplir une fiche de lecture.

Contact : Evelyne Gobin – 071/548407 evelyne.gobin@mc.be

Quand les images se livrent…

Témoignages de l'atelier photo de Beaumont

L'amicale de Beaumont a plus d'un tour dans son sac ! L'atelier PHOTO lancé il y a quelques mois rencontre un vif succès. Nous donnons la parole à quelques participants qui profitent de ces rencontres conviviales et instructives. Si ces témoignages vous donnent l'eau à la bouche, retrouvez les informations pratiques dans la rubrique « Découvertes / Loisirs », page précédente.

« Quelle belle et généreuse initiative que ce cours de photo !

Cela permet à une débutante comme moi de connaître mieux son appareil et d'avouer son ignorance dans la plus grande décontraction. Merci à Huguette et Jacky pour ces moments agréables et instructifs. »

Paulette Coenen, participante.

« Aimez-vous prendre des photos ? Moi, bien !

Je possède un appareil -il y en a de toutes les sortes- mais le mien est « basique et passe-partout ».

Mais comment réussir de belles photos ? Capter l'ambiance de la fête, saisir la beauté d'un paysage, retenir une émotion partagée lors d'une rencontre…Tant et tant d'occasions de saisir son appareil….

Mais comment ça marche, mon appareil ? Quelles possibilités m'offre-t-il pour réussir mes photos ? Voir le mode d'emploi : langage rébarbatif, parfois en français, souvent au fond d'un tiroir ou perdu. Bref, j'en ai lu les premières pages question de le tenir à l'endroit et de trouver le déclencheur…

Si vous êtes comme moi, poussez la porte de l'atelier-photo créé à l'initiative de l'amicale Énéo Beaumont. Vous y serez bien accueilli.

Avec beaucoup de compétence et dans un langage très simple, Huguette et Jacky nous initient pas à pas à découvrir « mon appareil, chacun le sien » -du plus simple au plus sophistiqué.

Et quand je dis « pas à pas » ne croyez pas que ce sont des pas de géant, ils n'hésitent même pas à faire un pas en arrière ou un pas de côté.

C'est ce que j'appelle du « sur mesure », vous pouvez pousser sur la touche « à la demande ».

Ce que j'y ai découvert : le plaisir de prendre des photos mais surtout qu'elles soient réussies càd qu'elles révèlent au mieux l'émotion du moment.

Je sens que petit à petit, la technique aidant, je découvre la photographie comme moyen d'expression de soi, au même titre que l'écriture, la sculpture… »

Christian Bruyndonckx, participant.

« Les informations données lors des séances de l'atelier photo sont bien structurées, concises et claires. Elles s'adressent à un public déjà bien averti où qui s'initie à la photographie. De toute façon, chacun trouvera son compte.

L'atmosphère est studieuse, mais décontractée. Surtout elle est chaleureuse, agrémentée, d'une bonne parole, d'un café, d'un thé, d'un petit biscuit ou d'une potion magique.

Les moyens audio-visuels sont parfaitement utilisés. Peut-être, pourrait-on aider les responsables par l'octroi de certains matériels, ordi et écran qu'ils mettent jusque là gracieusement à disposition.

Le cours est interactif car chacun peut apporter un commentaire sur le travail qui a du (ou aurait du) être réalisé pour la séance. Les commentaires donnés sont toujours de bon aloi.

D'autre part, ce côté pratique est intéressant car il permet d'assimiler la matière apprise, je dirais même d'être intimement sensibilisé par ce qui a été enseigné. Et puis chaque fois on obtient un support écrit qui reprend parfaitement la matière donnée. Il s'ensuit toujours un mail qui reprend globalement ce qui a été enseigné, les travaux à réaliser et les activités futures du club. Un grand merci pour votre dévouement. »

Roland Decerf, participant.

Echo de nos voyages culturels 2014

Il était une fois le 31 juillet 2014 à Rochehaut !

L'Agri-musée est une attraction qui a pour ambition de retracer l'histoire de l'agriculture et la ruralité au siècle dernier.

Dans ce vaste bâtiment en bois situé à l'entrée du village, sont rassemblés et mis en scène sur trois étages, des centaines de vieux outils liés au travail de la terre et d'anciennes machines agricoles restaurées, la plupart en parfait état de fonctionnement, comme un tracteur à vapeur, une locomotive à vapeur. Les visiteurs sont invités à plonger dans le monde de la ruralité, celui de l'agriculture, la culture du tabac, l'exploitation du schiste ardoisier.

C'est ainsi que l'on découvre la maison du fermier et des scènes de cette ruralité exigeante qui fut celle de nos ancêtres : forge, battage à l'ancienne, meunerie, ardoisière, lavandières, tueur de cochon, menuiserie, et même un arsenal de pompiers !

La Visite du parc animalier ***Entre Ferme et Forêt*** est réalisée grâce à un petit train touristique qui permet de découvrir une

quarantaine d'espèces, des animaux de la ferme, des gibiers des forêts et des races plus exotiques et originales. (vaches limousines, écossaises, dahomeys, aurochs bisons, daims blancs, mouflons, sangliers, etc…) et une nichée de sanglochons. Le sanglochon est un hybride entre un sanglier et une femelle cochon, dont la viande est employée surtout pour des saucissons et jambons fumés.

La fin de la visite se fait au centre du village où brasserie et boutique attendent les visiteurs et leur proposent des produits locaux.

Margaret Penninckx, accompagnatrice et bénévole au sein de la commission culturelle Énéo Thudinie.

Des nouvelles de notre voyage à Amiens…

« Les averses de ce jeudi 28 août n'ont pas terni l'enthousiasme des participants.

La journée a débuté, dans les hortillonnages, par une promenade en barque sur les rieux alimentés par les bras de la Somme et de l'Arve. Nous étions entourés de magnifiques hortillons où sont cultivés les légumes. Nous avons pu admirer les berges garnies de nombreux parterres abondamment fleuris. Seuls le vol des hérons et les cris des canards venaient troubler cette quiétude.

Après un excellent repas à la brasserie Jules, une partie du groupe est partie visiter la cathédrale avec Michel et Christian. Les participants ont pu bénéficier des commentaires complets et érudits de nos deux guides bénévoles sur l'architecture et l'histoire de la cathédrale, la plus vaste et l'une des plus belles de France.

Pendant ce temps, l'autre groupe déambulait, en compagnie de Nanette et Dominique comme guides, dans le quartier Saint-Leu, appelé aussi « la petite Amsterdam », car il est traversé par de nombreux bras de la Somme. Ce quartier, truffé de petites maisons à colombages et situé au pied de la cathédrale, était, au Moyen-âge, le quartier où l'on fabriquait et teignait les tissus, notamment avec le fameux « bleu d'Amiens ».

Après ces visites dont tous les participants ont pu profiter, un peu de temps libre leur a permis de flâner dans les rues d'Amiens avant de reprendre le chemin du retour.

Cette excursion nous a permis, une fois encore, de bénéficier des connaissances éclectiques et complètes de nos guides bénévoles. »

Dominique Hougardy, accompagnatrice.

Echo de la conférence « Pleine Conscience »

Mardi 29 août, c'est avec enchantement que nous avons accueilli 120 personnes curieuses d'en savoir davantage sur la méditation de Pleine conscience.

Jacques Splingaire, sexologue et instructeur en Pleine Conscience, nous a livré les tenants et aboutissants de cette démarche alliant une pratique ancestrale de médiation aux nouvelles connaissances médicales que sont les neurosciences.

Nous sommes également allés à la rencontre des mécanismes du stress, nous aidant à mieux comprendre les manière de le gérer.

Pour de plus amples informations sur les sessions MINDFULNESS (méditation de Pleine conscience), nous vous invitons à vous rendre à envoyer un mail à : mindfulness.charleroi@yahoo.fr

Infos également disponibles en vous abonnant à la page Facebook : Mindfulness news

Une assemblée en plein exercice méditatif pour vivre l'exposé en direct… »

L'image ne fait pas la personne !

Comme présenté dans notre édito régional, la fin de cette année 2014 sera dédiée aux projets réalisés depuis 2 ans sur l'images des aînés, les gérontechnologies et la vie après le travail ! Et ce via un événement de taille : un **FESTIVAL COULEURS AINES**.

Ce festival est l'occasion de mettre les projecteurs sur les travaux effectués dans certains groupements et commissions.

Focus donc sur les projets réalisés par les régionales associées Centre-Thudinie de 2013 2014 :

- Journée d'études imag'aînés à Anderlues comptant plus de 100 personnes pour s'exprimer sur le thème de l'image des aînés dans la société.
- Animations locales sur les thématiques : Trucs et astuces - les grands-parents au cœur de la transmission - la consommation responsable (les produits light - les aînés et la publicité) -
- Un cycle d'animations proposées aux futurs ou jeunes pensionnés
- Construction de la brochure « ***LE TIROIR AUX IDÉES*** » : un travail de récolte de témoignages sur les astuces ménagères respectueuses de l'environnement et du portefeuille !
- Réalisation de planches B.D évoquant différents messages : il n'y a pas d'âge pour aimer, s'émouvoir, transmettre son savoir, jouer et prendre soin de soi !

Le tiroir aux idées

Durant 2 ans, des membres de groupements locaux énéo du Centre et de Thudinie ont été acteurs d'une nouvelle animation : « le tiroir aux idées ». Lors de plus de 16 rencontres, l'animatrice a récolté les trucs et astuces de la vie quotidienne que les participants apportaient et qu'ils avaient autant que possible expérimentés.

Les recettes incluses dans cet ouvrage ne proviennent pas tous de nos membres, soit parce qu'ils ont parlé d'un produit sans toutefois pouvoir en donner la recette exacte, celle-ci a donc été recherchée sur Internet par exemple, soit parce que l'animatrice a jugé utile de donner certains recettes faciles, non polluantes et peu chères, qui correspondent à une demande des membres mais aussi dans un esprit de partage de connaissance.

Ces recettes n'ont pas toutes été essayées. A vous de les expérimenter avec prudence, bon sens et circonspection.

Cet ouvrage n'est pas terminé, nous comptons sur vous pour apporter vos expériences pour le compléter.

Le groupe de travail : Gilberte DELRUE, volontaire et Présidente énéo Centre, Marianne GAILLY, volontaire et membre de énéo Thudinie, Evelyne GOBIN, animatrice énéo Centre, le docteur MOENS, conseiller médical énéo, Monique STILMANT, volontaire et présidente du groupement énéo Chapelle-Lez-Herlaimont.

Festival Couleurs Aînés

À Bruxelles

Les petits plats seront mis dans les grands les 6 et 7 novembre prochains.

Réservés aux volontaires responsables de notre mouvement, ce festival remplacera le séminaire des cadres auquel, chaque année, ces derniers sont invités pour réfléchir sur l'avancée du mouvement. Différentes thématiques y sont abordées. En novembre 2013, il s'agissait de la relation professionnels-volontaires. 2014 sera coloré de diverses teintes avec des ateliers de réflexion sur le sport, les vacances, la publicité… Mais également des rencontres-découverte : exposition des travaux réalisés par les régionales, démonstration interactive, analyse de film, festivité intergénérationnelle et rencontre politique.

En Thudinie

Pour vous et rien que pour vous, la régionale de Thudinie mettra les petits plats dans les grands également avec un **Festival aux couleurs régionales** ! Ce sera l'occasion d'entendre les retombées du festival qui aura eu lieu à Bruxelles et de découvrir les réalisations de notre régionale sur la thématique de l'image des aînés : Bande dessinée géante et Brochure 'Le tiroir aux idées' !

Ceci est une invitation !

FESTIVAL REGIONAL le 28 novembre 2014 à Thuillies

Pour tous les volontaires Énéo-énéoSport venant des ateliers, des amicales, des clubs sportifs.

Pour tous les membres délégués par leurs groupements et clubs locaux Énéo-énéoSport

PAF : 2 €
9h30 : accueil café gratuit
10h à 12h : Ateliers de mise en mouvement : je suis membre Énéo-énéoSport, et alors ? - Mieux connaître le mouvement pour en profiter pleinement !
12h à13h30 : apéro et lunch
13h30 à 16h : débats participatifs autour de 2 thèmes : « Technologies et dépendance, qui décide ? » - « Le sport fait-il bien vieillir ? »
Adresse du jour : Salle du Patro - rue de la Cour à Thuillies

Bulletin d'inscription à nous retourner **au plus tard le 20 novembre** à Énéo-énéoSport Thudinie - Rue du Douaire, 40 – 6150 Anderlues - sophie.dupont@mc.be

Festival régional Thudinie

Je participerai ☐ Toute la journée (lunch compris)
☐ Matinée ☐ Après-midi

Nom .....

Prénom .....

Tél ..... GSM .....

Amicale de ..... Club de .....

Je suis ☐ volontaire ☐ membre

découvertes

Cyber Seniors

Trucs et astuces informatiques

Découvrir quelques nouveautés marquantes de Windows 8

- **Les vignettes**

L'écran d'accueil ne plaît pas à tout le monde. Il y a pourtant des aspects intéressants.

Il possède 2 types de vignettes :
- les vignettes statiques
- les vignettes dynamiques

Chacune constitue un raccourci vers une application installée sur le PC. Elles servent donc à lancer un programme. Les vignettes dynamiques sont aussi capables d'afficher des informations en temps réel en liaison avec l'application concernée. Vous avez donc à votre disposition de nombreuses informations utiles sans avoir à quitter votre écran d'accueil.

Un clic droit sur une vignette ouvre un menu contextuel qui va vous permettre de :
- Redimensionner la vignette
- Désinstaller l'application
- Désactiver ou activer les infos en temps réel pour les vignettes dynamiques
- Détacher de l'écran d'accueil (votre application n'est pas supprimée mais n'apparaît plus dans l'écran d'accueil)
- Epingler à la barre des tâches

- **Groupe de vignettes**

Chaque application que vous installez ajoute une vignette à l'écran d'accueil. Au bout de quelque temps, ce dernier risque d'être encombré. Il est donc utile de pouvoir organiser toutes ces vignettes à votre guise en créant des groupes séparés (jeux, musique, travail etc…). En effet, vous pouvez déplacer les vignettes à volonté par un simple glisser-déposer à la l'aide du bouton gauche de la souris.

Le travail de regroupement terminé, nous pouvons donner un nom à chaque groupe.

Cliquer au-dessus d'un groupe avec le bouton droit de votre souris. Vous êtes alors invités à donner un nom à ce groupe. De la même manière, il vous est possible de changer le nom d'un groupe par un simple clic droit sur le nom.

- **Recherche instantanée**

Plutôt que de faire défiler des dizaines de vignettes pour trouver l'application que vous voulez démarrer, il suffit de taper les premières lettres de son nom depuis l'écran d'accueil. Instantanément, vous obtenez une liste de noms correspondant. Sélectionnez celui qui vous convient avec la souris. De la même façon, vous pouvez également rechercher vos documents, votre musique, etc…

Michel Hallet, commission NTIC.

info

Santé

Conférence « le bon usage des médicaments »

Samedi 22 novembre 2014 à 10h, Batiment de la Mutualité chrétienne située au 40, rue du Douaire à Anderlues

Une présentation engagée sur la consommation de médicaments !

Les rôles que jouent les médicaments dans l'allongement de l'espérance de vie dans de bonnes conditions est certes très important. Pour autant, le médicament ne doit pas devenir un objet de commerce comme n'importe quel bien de consommation.

Les dernières années ont montré à suffisance qu'une dérive aux conséquences parfois gravissime est possible.De là, ces questions :

Comment une molécule chimique issue de la recherche pharmaceutique peut-elle devenir un médicament ? Quel est le parcours de cette substance avant d'arriver dans l'officine du pharmacien ? Comment ce médicament devient-il remboursable par la sécurité sociale ? Qu'en est-il des « génériques » ?

Quelles questions poser au médecin pour optimiser le bénéfice du médicament prescrit ?

C'est à toutes ces questions que l'exposé va tenter de donner une réponse.

PAF : gratuit pour les membres Énéo - 5 € pour les non-membres
9h30 : accueil
10h à 12h : exposé
12h à 14h : débat et lunch « Santé » offert.

INSCRIPTION : Énéo Thudinie - Sophie Dupont : 071/548.400 (sauf mercredi) - eneo.thudinie@mc.be

Bulletin d'inscription à nous retourner **au plus tard le 15 novembre 2014** à Énéo-énéoSport Thudinie, Rue du Douaire, 40 - 6150 Anderlues

Conférence
« Le bon usage des médicaments »

Je participerai

Nom .....

Prénom .....

N° national .....

Tél ..... GSM .....

Nombre de personnes .....

Je suis membre Énéo ☐ oui ☐ non

La maladie d'alzheimer

Insérer couverture de la brochure

Dans un numéro précédent nous avions réalisé un zoom sur la maladie d'Alzheimer et sur ce qu'elle entraîne comme difficultés pour les personnes malades et leur entourage. Nous vous avions également signalé que plusieurs services de la Mutualité chrétienne et de ses partenaires travaillaient à la réalisation d'outils et de services pouvant leur venir en aide.

Notre mutualité propose donc désormais, depuis quelques semaines, une brochure reprenant tous les services proposés par ses différents partenaires: le Centre de coordination, Aide & soins à domicile, Qualias et Solival, Vitatel, les Solidarités locales. Ainsi, le service «Alzheimer Répit» d'Aide & Soins à domicile est une nouveauté qui permettra aux familles de souffler quelques temps pendant qu'un éducateur spécialisé prendra en charge la personne malade. Nous avons aussi compilé toute une série d'initiatives extérieures comme celles

de la Ligue ou d'Alzheimer Belgique, mais aussi de l'ASBL Aidants proches ou des Alzheimer cafés. Enfin, nous avons fait l'inventaire des institutions qui proposent un accueil de jour ou de l'hébergement sur notre région.»

En plus de cette information centralisée, la démarche fait l'objet d'une sensibilisation au sein de l'ensemble de la mutualité: les équipes du service social et de Aide & soins à domicile, les bénévoles des mouvements Altéo et Énéo, les comités de mutuelle…

En externe, en plus des différentes initiatives recensées, les médecins généralistes, gériatres, neurologues ont

également été contactés afin de les informer de notre démarche. «Avec cette porte d'entrée unique vers l'information, notre objectif est véritablement de dire que, quand la maladie survient, la mutualité peut vous aider.

En franchissant la porte de la mutualité, un conseiller vous accueillera pour vous orienter.»

Brochure disponible au 071/54.85.48 ou via anderlues@mc.be

Ces différentes initiatives ne marquent cependant pas l'aboutissement de notre projet. Pour la suite de celui-ci, nous travaillons avec Altéo pour pouvoir intégrer le public des personnes touchées par la maladie et leurs aidants proches dans une série d'activités (culturelles, manuelles, sportives…).

Le service mobilité de Qualias

Les magasins Qualias vous proposent du matériel dans de nombreux secteurs: location et vente de matériel médical, confection d'orthèses sur mesure, aménagement du domicile, …

Mais saviez-vous que les magasins Qualias disposent également d'un service **d'aides à la mobilité**?

De nombreuses personnes éprouvent des difficultés pour se déplacer, difficultés liées à l'âge, à la maladie ou consécutives à un accident.

A l'extérieur comme à l'intérieur, il existe une large gamme de dispositifs et d'appareils permettant de conserver une autonomie de déplacement.

Pour certains, le soutien d'une canne ou d'une béquille sera suffisant.

Lorsque l'équilibre devient instable, un cadre de marche, une tribune, un rollator ou parfois même un tricycle sera nécessaire. Enfin, lorsque les difficultés de déplacement sont plus importantes, l'utilisation d'un fauteuil roulant manuel ou électrique devra être envisagée.

En Hainaut Oriental, Qualias bénéficie des services de plusieurs bandagistes agréés par l'Inami et spécialisés dans la délivrance de tels types d'appareils. Leur mission est de vous informer, vous guider et vous conseiller dans le choix de l'aide à la mobilité adaptée à vos besoins.

Vous pouvez dans certains cas bénéficier d'une intervention de votre mutualité, mais alors, quelles sont les démarches à entreprendre?

- La première consiste à se procurer une prescription médicale appelée annexe 19 qui peut être complétée par votre médecin de famille. Une fois complété, ce document doit être déposé dans le magasin Qualias de votre choix ou renvoyé à l'adresse suivante: QUALIAS - SERVICE VOITURETTE rue des Fauldeurs,1 à 6530 Thuin.
- Où peut-on se procurer l'annexe 19? Dans les points de vente Qualias, en téléphonant au 0800/12325 ou via votre médecin traitant.
- Le bandagiste de Qualias rencontre toujours le bénéficiaire. Les rencontres se font sur rendez-vous et se déroulent la plupart du temps à domicile. La prise en charge du bandagiste va se décliner en plusieurs rencontres. La première permettra de déterminer avec précision les besoins du bénéficiaire: habitudes de vie, type de domicile, mensurations, utilisation de la future voiturette, …etc. Le bandagiste fera parvenir votre demande au médecin conseil de votre mutualité. C'est lui qui au final acceptera la demande et donc le remboursement de celle-ci.
- En cas d'acceptation du dossier par le médecin conseil, la livraison du matériel s'effectuera lors de la seconde rencontre. Le délai de livraison de l'aide à la mobilité dépend du type de matériel demandé.

Pour les petites aides à la marche, tels que la tribune, le rollator à 2 ou 4 roues, le bandagiste peut vous faire parvenir le matériel assez rapidement car elles ne nécessitent pas l'accord du médecin conseil.

Si vous souhaitez en savoir davantage sur notre service aides à la mobilité, contactez-nous au **0800/12325**

QUALIAS
Matériel d'aide et de soins - Vente et location
Partenaire Mutualité chrétienne

LE PROGRAMME DES SEJOURS HIVER 2014-2015

sera disponible à partir du 1er novembre 2014. Si vous voulez en prendre connaissance, nous nous ferons un plaisir de vous l'envoyer (les vacanciers inscrits en 2013 et 2014 le reçoivent automatiquement). Il vous suffit de nous retourner le talon ci-dessous

Une ristourne pour inscription rapide de 25 € par personne sera octroyée si l'inscription est réalisée avant le 1er décembre 2014.

A renvoyer à Horizons Mutu,
rue du Douaire, 40
6150 Anderlues

LE PROGRAMME DES SEJOURS HIVER 2014-2015

Nom .....

Prénom .....

Rue .....

CP ..... Localité .....

Téléphone .....

☐ Désire recevoir le programme des séjours HIVER 2014-2015 de Horizons Mutu.

Date et signature

HORIZONS MUTU

Cher(e) vacancier(ère), nous avons le plaisir de vous inviter à

la journée retrouvailles

le samedi 15 novembre 2014

A l'occasion de cette journée, les vacanciers des nombreux séjours organisés cette année par Horizons Mutu se retrouveront pour échanger leurs souvenirs.

Programme :

11h00 : café d'accueil

12h30 : apéritif

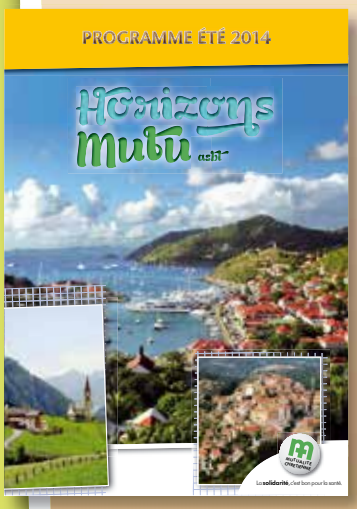
13h00 : repas : Mise en bouche - Soupe de poissons - Ballotine de volaille, champignons, flan de légumes, croquettes - Assortiment de mignardises - Café - Boissons non comprises

Participation : 30 € par personne

Inscription au service Horizons Mutu au 071/54.84.08. avant le 3 novembre 2014. - Paiement de la participation sur le compte n° BE15 3600 0626 8630 avec la communication « Retrouvailles 2014 + nom ».

Lieu : Mutualité Chrétienne
40, rue du Douaire - 6150 Anderlues

Exceptionnel : mondialement connu !



LA FÊTE DES LUMIÈRES À LYON

du 6 au 10 décembre

Pension complète - déplacement en car

Prix par personne : 965 € en chambre double

Excursions dans Lyon et alentours (plusieurs quartiers sont inscrits au patrimoine mondial de l'Unesco) - soirée illuminations, ...

Lic. A5018

Renseignement et inscription
Horizons Mutu : 071/54.84.08.

énéoSPORT

Les marcheurs de charles-quint en visite à la base aérienne de Florennes

Ce jeudi 19 juin, c'était notre jour de sortie. Nous avons projeté une journée entière de relaxation style « loisirs instructifs » ! Donc, départ (à 43 !) à 8h15 de Beaumont, place du Belvédère en covoiturage. Arrivée à l'entrée de la base vers 9h15 et embarquement dans le car à 9h30 pile.

Nous sommes reçus par l'adjudant Mineo, qui sera notre guide tout au long de la visite. Elle commence par le musée « Spitfire » où il nous relate l'historique de la base : construite par les Allemands en 42, opérationnelle jusqu'en 44, laissée à l'abandon après la guerre et réveil en 60 (« guerre froide » !) Elle est le plus important employeur de la région (1.200 personnes), sur une superficie de 750 ha. Ensuite, visite du F16 et description de son armement : mitrailleuse, roquettes, bombes guidées par laser, missiles, etc … Impressionnant !

Midi : repas au mess unanimement apprécié !

Pour la digestion : passage par le garage ou nos guides nous apprennent tout sur la maintenance du F16, ses nombreux contrôles à effectuer tout au long de l'année afin d'assurer un maximum de fiabilité et de sécurité. Le F16 est en perpétuelle évolution de telle sorte que, malgré ses 20 ans d'âge, il reste au top niveau opérationnel.

Il reste à visiter la tour de contrôle, où une charmante hôtesse nous explique en détail le travail des contrôleurs : la guidance au sol, le suivi des évolutions en vol, les caps à suivre pour la prise de piste, etc… ; nous assistons aussi, depuis la tour, au décollage et à l'atterrissage de quatre F16.

Nous avons encore droit à une exhibition du link trainer, qui nous permet de visualiser ce que voit le pilote depuis son siège de pilotage.

A 16h30 le car nous ramène à l'entrée. Fin de la visite de l'aérodrome !

Retour par la ferme de la Sauvenière à Hemptinne pour une dégustation de foie gras, accompagné d'un verre de vin blanc ; le tout après une conférence vachement exhaustive sur l'élevage du canard et sa transformation en foie gras, rillettes, magret, confits… ouf ! Madame connait son sujet ! !

Nous terminons la journée par un dernier verre à l'Auberge des 4 Bras à Philippeville.

Et tout çà pour un budget ridicule de 26 euros pour les membres et de 31 pour les « sympathisants ». Qui prétend que la vie est chère ?

Mardi 1er juillet 2014, le Plumitif : Jules GILSOUL

Le club Viactive Jeumont vu par ses membres

VIACTIVE, une agréable activité sportive douce, complète qui s'adresse comme tous les clubs énéSport aux plus de 50 ans.

Selon son **propre** rythme et surtout **selon ses possibilités physiques**, on avance pas à pas en débloquant toutes les articulations. Les séances se déroulent en musique, douce ou rythmée selon l'exercice, elles s'exécutent dans la bonne humeur avec volonté et humour. Elles sont suivies d'activités ludiques et d'une bien sympathique pause-café.

Voici quelques témoignages de membres actifs :

« Je recommande cette activité autour de moi, ces séances sont bénéfiques pour notre physique et notre équilibre moral. » Jean Pierre, 58 ans.

« Notre présidente prend très à cœur nos séances d'activités et elle est très sympa ! » Catherine, 53 ans.

« Appartenir à un groupe me permet d'avoir un peu plus confiance en moi et de pouvoir rencontrer d'autres personnes. Chantal et Marie-Christine, nos animatrices, sont à notre écoute et nous permettent d'aller de l'avant. *Véronique, 52 ans.*

« Je rencontre d'autres personnes et ça me permet de changer de mon quotidien » Thérèse, notre doyenne de 86 ans.

J'avoue qu'après avoir lu ces témoignages, je suis heureuse de percevoir à la fois le bien-être physique mais aussi moral et social que cette activité nous apporte. La convivialité, le plaisir de se retrouver, l'ambiance, les rires font de cet après-midi, un sacré moment de détente et de plaisir.

Nous nous retrouvons en la salle Saint-Jean, rue Max Dormoy à Jeumont (France), tous les Jeudis de 14h à 16 heures. Et à chaque fois, après l'effort, le réconfort ; c'est avec un café ou autre, agrémenté d'une douceur que nous finissons notre séance.

Venez nombreux essayer cette activité, la première séance vous est offerte ! ! !

Pour tout renseignement, sur le club Viactive « Les dynamiques » de Jeumont contacter :
MADDALENO Marie Christine au 0475.57.27.64 (Belgique) ou 06.32.73.20.32 (France)

Demandez les programmes, deeemandez …!

Et les aînés dans tout cela?

Notre mouvement social a depuis des mois lancé des messages vers les partis pour tenter d'influencer leurs programmes électoraux. Mémorandum, Rois mages, Balises et débats avec les candidats nous ont permis d'exprimer vos préoccupations. La concrétisation était dès lors attendue dans les programmes gouvernementaux.

On le sait, les accords de majorité en régions et communauté ont été réalisés tambours battants en juillet, deux mois après les élections. Un peu plus long que d'habitude pour ce niveau de pouvoir, mais on n'avait jamais eu à gérer en même temps dans ces accords un budget pluriannuel en phase avec les exigences de convergences européennes et l'arrivée de nouvelles compétences aussi importantes.

A l'heure d'écrire ces lignes, le projet dit de la « Suédoise » n'est pas encore ficelé et les pistes envisagées en matière de fiscalités, de pension et d'accès aux soins restent dès lors inconnues quoique dès à présent orientées restriction, individualisation et responsabilisation… air préféré du parti le plus important en Flandre.

Les programmes gouvernementaux des entités fédérées, vu les transferts de compétences, sont déjà à eux seuls assez riches en matières touchant le quotidien des 50+ pour que nous tentions une première analyse de nos actions. Que retrouve-t-on de nos revendications dans ces textes?

Vu la place limitée de cet article, nous commenceront par **le volet communautaire.**

Peu de compétences touchent les aînés dans le programme *Fédérer pour réussir* de la Fédération Wallonie-Bruxelles, orienté davantage vers l'enseignement, l'enfance et la culture. Le Sport et l'éducation permanente nous touchent cependant de près.

Pour **le Sport**, on pourrait se réjouir de ce que le Gouvernement de la FWB entend *« encourager une offre sportive ouverte à tous (personnes âgées, en situation de handicap, …)»* mais il limite cette ambition, *« notamment en travaillant à l'amélioration de l'accessibilité des stages Adeps aux personnes handicapées »*. Plus loin, il entend aussi *« promouvoir la création de clubs omnisports par le regroupement de clubs et pratiques existantes et y intégrer le principe d'individualisation dans la pratique sportive des membres »*. Outre l'interrogation sur le concept d'individualisation, cela pose davantage de questions pour nos cercles et la place spécifique d'énéoSport dans le paysage sportif. Par ailleurs, l'engagement du Gouvernement d'*« inscrire les formations de cadres sportifs dans le référentiel européen d'équivalence de certification de compétences »* questionne fortement l'engagement volontaire important de nos cadres aînés.

L'**éducation permanente** n'est mentionnée dans le texte qu'en préambule en soulignant les *« partenariats forts, compréhensifs et soutenants » (...) « que les associations qui œuvrent au quotidien à la cohésion sociale, à la reliance entre individus, au développement personnel doivent trouver auprès des pouvoirs publics »*. Et plus loin : *« La complexité du monde dans lequel nous vivons impose également une attention spécifique pour permettre aux Wallons et aux Bruxellois de porter un regard critique sur la société. Les politiques d'éducation permanente, … jouent à cet égard un rôle crucial dans la compréhension des enjeux démocratiques, économiques, sociaux et culturels »*. Mais dans le chapitre XII Culture, où on s'attendrait à plus de précision, plus rien n'est mentionné pour notre sous-secteur, la place étant pleinement occupée par la création artistique. Pas un mot sur l'évolution du décret et le respect des initiatives des aînés pour lutter contre l'isolement. Seulement une annonce lors de la présentation du programme sur une tendance à la diminution des subsides de l'ordre de 7 %, plus sur les crédits facultatifs!

Un chapitre XI **Associatif** devrait cependant nous intéresser par ses objectifs *« Mettre en œuvre la charte associative »*, *« Soutenir l'action associative »* et *« Encourager le volontariat »*, où nous retrouvons des demandes exprimées par notre association et la Plateforme Francophone du Volontariat telle que *« en soutenant la formations des administrateurs et des responsables associatifs bénévoles, pour qu'ils puissent faire face à leurs responsabilités »*. Ces paragraphes sont par ailleurs identiques pour les régions francophones.

Ce début de baromètre de notre action politique, (qui sera prolongée par un analyse pour les programmes régionaux) doit nous inciter à rapidement rencontrer les cabinets et ministres concernés.

Philippe Andrianne, Secrétaire politique

Festival Couleurs Aînés

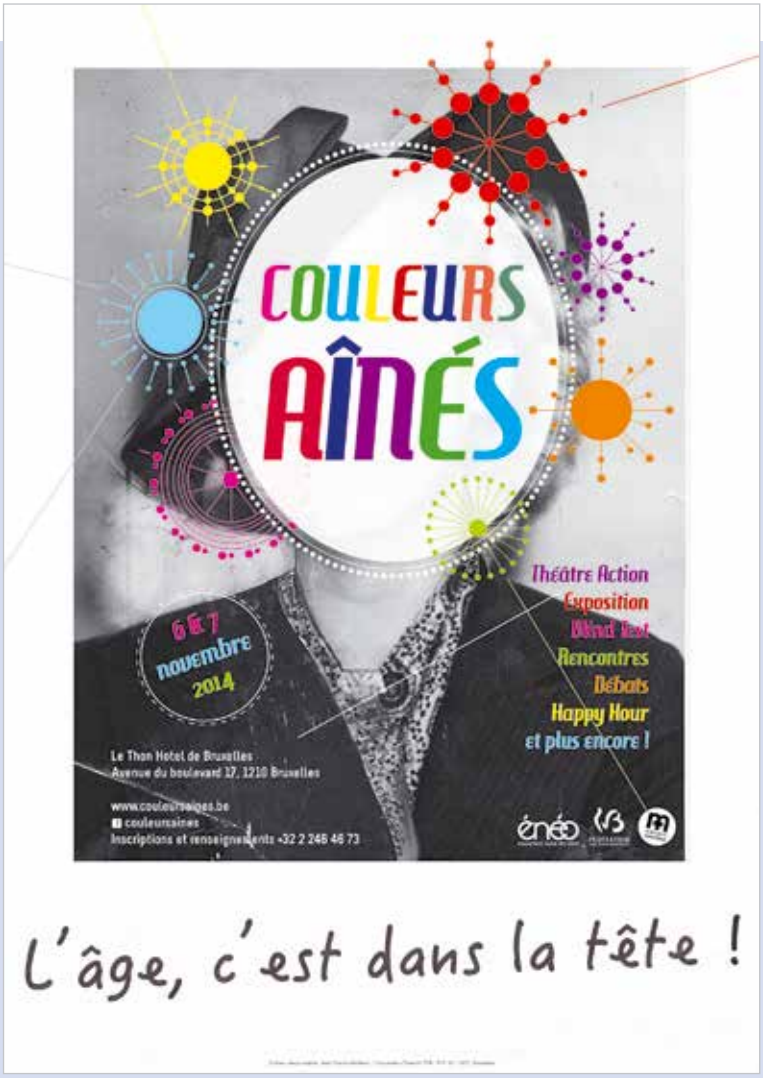
En 2012, alors que le projet « Les aînés causent commune » battait son plein, Énéo faisait le constat suivant :

« Les aînés sont unilatéralement perçus et décrits comme une charge financière, mais d'un autre côté, ils deviennent une cible marketing privilégiée. Il importe dès lors de les protéger en suscitant chez eux un regard critique sur les différents messages commerciaux qui leur sont adressés, sur l'image d'eux-mêmes, souvent déformée, que leur renvoient la publicité, les médias et par extension la société. Car finalement, « vieillir actif », n'est-ce pas aussi être pleinement acteur de l'image qu'on a de soi-même et que la société a de nous ? »

Les années 2013 et 2014 ont exploité tous les méandres liés aux questionnements induits par ce constat. Plusieurs projets ont tenté, par des actions locales, des études et des analyses, de démontrer qu'« être vieux », ce n'est pas être inutile, que la population des aînés n'est pas superflue et que les clichés sont trompeurs. Un projet « **Imag'Aînés** » a principalement interrogé les médias et la publicité et vérifié l'image qu'on donne à voir des aînés. Un nouveau service « **Une vie après le travail** » a permis de tester des séminaires de préparation à cette nouvelle étape de vie que représente la retraite loin des clichés qui imprègnent ce passage. Un projet « **Les Gérontechnologies : les subir ou les choisir** » a initié dans un premier temps un programme d'information sur cette nouvelle tendance. Dans un second temps, il donnera la possibilité à chacun de faire des choix éclairés en ce qui concerne l'arrivée sur le marché de nouveautés aux airs alléchants. Toutes les animations proposées ont alimenté la réflexion des groupes locaux et favorisé l'expression citoyenne.

Au terme de ces deux années de travail, il convient de partager nos réflexions, nos positions et nos arguments, de les confronter à ceux d'autres publics et enfin d'interpeller la société sur la place et le rôle des aînés dans la société.

Deux journées seront consacrées à cette occasion dans le cadre du festival « Couleurs Aînés ».



Au programme :

Jeudi 6 novembre

Invitation cordiale à tous pour cette journée « tout public » !

10h : Les aînés en débats

Six ateliers en parallèle :

1. Mais qui sont les aînés ?

Beaucoup d'aînés sont heureux et appréhendent bien leur vieillissement. Cependant, la société continue de voir la vieillesse comme une ennemie dont il convient de se protéger. Dans ce contexte, les aînés doivent composer avec ces images contrastées, ce qui peut fortement conditionner leur propre estime et leur bien-être.

- Quand commence la vieillesse ? Est-ce vraiment une question d'âge ?
- Se sent-on fondamentalement différent quand on entre dans la vieillesse ? Est-ce difficile de vieillir ?
- Ridés, gâteux, pingres… quelles images la société renvoie-t-elle des aînés ?
- Comment favoriser l'estime de soi et la satisfaction de vie des aînés ? Comment éradiquer les stéréotypes et la discrimination à l'encontre des aînés ?

2. Y a-t-il une vie après le travail?

Partir à la retraite constitue une étape importante dans l'existence, qui n'est pas sans conséquence sur l'individu. Cette étape qui peut être déstabilisante est d'autant plus délicate qu'à ce moment fleurissent une profusion de conseils (économiques entre autres) sur la façon dont l'individu doit la mener.

- Le fait d'avoir le choix ou pas de mettre un terme à sa carrière professionnelle influe-t-il sur la préparation de sa fin de carrière?
- La préparation de la fin de l'activité professionnelle: une responsabilité patronale? Une responsabilité sociétale? Quel lien avec la prolongation du temps de travail?
- Quid des publics fragilisés? Invalides, chômeurs âgés, … Quels besoins en terme de préparation?

3. Le sport permet-il de bien vieillir?

Même entamée tardivement, une activité physique régulière multiplierait les chances de «bien vieillir». Avec l'âge cependant, la pratique d'un sport ou de toute autre activité physique devient souvent moins facile: moins de motivation, douleurs plus fréquentes, fatigue…

- Qu'est-ce que le «bien vieillir»? En quoi le sport permet-il de bien vieillir?
- Les membres d'énéoSport constituent-ils une catégorie d'aînés particulièrement soucieux de «bien vieillir»?
- Quels sont les éléments ayant favorisé l'engouement des aînés à l'égard du sport au cours de ces dernières années? A l'inverse, quels sont aujourd'hui encore les freins à la pratique sportive des aînés?

4. Les aînés sont-ils pris pour des pigeons?

Comme tout le monde, Les aînés consomment. Ils consomment des produits utiles, mais aussi des produits moins utiles. De façon avertie, mais aussi parfois poussés par la manipulation. Car dans le monde du marketing, toutes les pratiques ne sont pas toujours du meilleur goût.

- Quels sont les éléments publicitaires fragilisant les aînés et les poussant à la consommation?
- Quelles conclusions souhaitons-nous en tirer?

5. Technologies et dépendance… Qui décide?

Si les nouveaux médias se trouvent de plus en plus utilisés par les aînés, de nouvelles technologies s'invitent petit à petit dans leur vie posant de nouvelles questions en termes d'opportunité, de cohabitation, voire d'éthique dans des domaines aussi importants que la santé ou la sécurité.

- Comment remettre les aînés au centre du débat? Faut-il penser à «préparer sa dépendance» comme on prépare sa retraite?
- Quelles balises devrait-on mettre pour éviter les dérives?
- Une réponse éthique universelle est-elle possible ou s'agit-il plutôt d'un choix personnel?

Infos pratiques:

Dates: Les 6 et 7 novembre à Bruxelles.

Lieu: Au Thon Hôtel Rogier, à deux pas de la gare du nord et de la station de métro Rogier. Parking possible.

La journée du 6 novembre est gratuite et ouverte à tous mais nécessite impérativement une inscription préalable.

Possibilité de lunch: 15 euros.

Infos et inscriptions: www.couleursainés.be ou 02 246 46 73.

Plus d'infos: **www.Facebook.com/Couleurs-Aînés**

6. Pourquoi les aînés voyagent-ils?

Les seniors et le tourisme semblent irrémédiablement associés dans l'inconscient collectif, et les publicités pour les croisières ciblent généralement les plus de 50 ans… Mais qui sont ces seniors qui voyagent? Et surtout, que veulent-ils?

- Pour ***quelles raisons*** les aînés voyagent-ils? Quel est le type de vacances que souhaitent les aînés?
- Pourquoi des vacances dans un mouvement social d'aînés?
- Énéo doit-il forcément proposer ce que la majorité souhaite?

14h30: Théâtre Action

La représentation des aînés dans la société: spectacle de théâtre-action sur l'image des aînés dans la société par la troupe Énéo de la régionale du Luxembourg.

16h30: Happy-Hours

Happy-Hours: un espace de convivialité et de rencontres, découverte des œuvres artistiques produites par nos aînés sur les thèmes abordés, stands, librairie, fresque interactive, photo, animations variées, drink de l'amitié, …

20h30: Blind-Test InterGénérationnel

Un jeu d'équipe convivial pour confronter ses références musicales.

Sylvie Martens, chargée de projets

Vendredi 7 novembre

Journée réservée aux cadres Énéo.

Les cadres d'Énéo rencontreront des professionnels des secteurs concernés par les thématiques abordées dans les ateliers de la veille afin de confronter les visions, les avis et les réalités. Ceci permettra d'enrichir la réflexion du mouvement et de ses membres. L'après-midi sera consacré(e) à une rencontre avec les politiques sur base des constats exprimés le matin.

En guise de clôture: lancement de notre campagne «Une vie après le travail».

Soyons nombreux à défendre notre slogan: «L'âge, c'est dans la tête… Surtout dans celle des autres!».

De l'UCP à Énéo… deux ans déjà !

Même si un changement de nom reste évidemment un cap emblématique, ces deux années intensives pour le mouvement furent riches en évènements et méritent que l'on jette un regard vers ce passé récent.

Changer de nom n'est pas changer d'identité

Les débats qui ont mené à la décision de cette nouvelle appellation ont pu laisser craindre à d'aucuns une perte d'identité du mouvement, principalement dans ses valeurs d'inspiration chrétienne. Force est de constater que ce ne fut, et ne sera, pas le cas.

Énéo est, et reste plus que jamais, le mouvement social des aînés le plus important de la Fédération Wallonie Bruxelles, fort de ses 40 000 membres et de sa dynamique associative à nulle autre pareille.

Le plan stratégique adopté par le mouvement en juin 2012 en est la démonstration incontestable ; suivi du Congrès de septembre de la même année à Houffalize, il a marqué le lancement du nouveau plan quinquennal qui va guider une part importante de la vie d'Énéo. Ces deux moments indissociables, l'adoption du plan stratégique et le Congrès, constituent dès lors la pierre angulaire du mouvement pour les années futures. La vie associative de l'asbl, fermement ancrée dans le volontariat et la vie locale, en est le ciment et en préserve toute la spécificité.

Défis et perspectives

Le festival Couleurs Aînés de novembre prochain sera l'occasion de fêter ces deux années riches en projets et idées nouvelles, mais aussi en interpellations politiques liées aux élections, communales d'abord, fédérales, régionales et européennes ensuite. A nous toutes et tous d'en faire l'événement fédérateur dont Énéo aura grandement besoin au vu des enjeux auxquels il sera confronté, à l'instar du monde associatif et du secteur non marchand en général.

Il n'est pas utile de revenir ici sur les aléas liés aux transferts de compétences, si ce n'est pour rappeler à quel point ils risquent de déforcer le secteur associatif en lui imposant une réduction drastique de ses moyens. La Mutualité chrétienne, à laquelle le mouvement est étroitement lié, tant par son histoire que par la complémentarité de leurs missions, est confrontée à des enjeux similaires ; l'exposé d'Alda Greoli lors de l'assemblée générale du 27 juin dernier fut à cet égard plus qu'évocateur. Dénonçant entre autre le repli sur soi et la perte du sens social collectif qu'il implique inévitablement, la secrétaire nationale de l'ANMC a mis en exergue la nécessité de renforcer le mouvement social mutualiste pour y faire face. Si les plus fragilisés dans leur bien-être physique, psychique et social (pour rappel, il s'agit là de la définition de la santé de l'OMS) ont toutes les raisons d'être inquiets de l'évolution politique dans ses aspects communautaires et socio-économiques, le sort des aînés que nous voulons représenter et défendre risque fort de ne pas être plus enviable.

La question cruciale des pensions a déjà été régulièrement évoquée et restera d'actualité, tout comme celle des soins de santé, et notamment les soins à domicile. Mais c'est aussi à une autre menace, plus insidieuse, que les aînés doivent être attentifs, car elle se développe constamment et avec de plus en plus d'acuité : je veux parler de la marchandisation de leur vie quotidienne. Déjà amplement présente dans le secteur des maisons de repos et des soins de santé, cette dérive commerciale commence à toucher des secteurs d'activités dans lesquels Énéo, et plus particulièrement énéoSport, sont présents : les loisirs et les sports notamment. Des initiatives strictement commerciales et lucratives se développent et risquent d'entraîner bon nombre d'aînés dans ce miroir aux alouettes que nous dénonçons avec force et conviction.

A nous donc d'y être attentifs et de défendre, plus que notre « territoire », les valeurs qui nous guident.

Jean-Pierre Mailleux , Secrétaire général

Journal des membres d'
énéo
mouvement social des aînés asbl &
énéoSPORT

Énéo est le mouvement des aînés de la Mutualité chrétienne.

Editeur responsable :
Jean-Pierre Mailleux
Chaussée de Haecht 579
1031 Bruxelles
www.eneo.be
E-mail : eneo@mc.be

En partenariat
MUTUALITE CHRETIENNE

Avec le soutien de
FÉDÉRATION WALLONIE-BRUXELLES
culture.be
Wallonie
REGION DE BRUXELLES-CAPITALE

Avec l'appui de
Belfius

Votre journal a changé de look mais reste attentif à l'environnement en utilisant papier et film recyclables.